CHƯƠNG VI
ĐỊNH: BẤT TỊNH QUÁN
(Asubha-kammaṭṭhāna-niddesa)

10 TƯỚNG BẤT TỊNH NƠI THÂY CHẾT

- *1) Tướng phình trương*
- *2) Tướng bầm xanh*
- *3) Thây chảy mủ*
- *4) Tướng nứt ra*
- *5) Tướng bị gặm khới*
- *6) Tướng rã rời*
- *7) Tướng phân tán rã rời*
- *8) Tướng máu chảy*
- *9) Tướng trùng ăn*
- *10) Tướng bộ xương*

Mười tướng này được dùng cho cả hai trường hợp: tướng khởi lên *(do sự phình trương... làm nền tảng)*, **và thiền đắc được** *(do những tướng ấy)*.

1) Tướng phình trương

- Thây ***bị trướng*** (*uddhumāta*) vì dần dần nở ra, phồng lên sau khi chết, như một cái ống bệ bị gió thổ vào. Thây ‘***bị trướng***’ trông ghê tởm, đấy là một từ để chỉ thây chết trong trạng thái ấy.

2) Tướng bầm xanh

- Sự biến đổi màu sắc lốm đốm trên thân thể gọi là bầm xanh (*vinīla*).
- Cái gì bầm xanh thì xấu xí trông ghê tởm, nên gọi là ***tướng bầm xanh*** (*vinīlaka*). Đây là danh từ chỉ thây chết có những chỗ lốm đốm đỏ do thịt lòi ra và những chỗ lốm đốm trắng do mủ tích tụ lại, nhưng phần lớn thì màu xanh đen, như thể được đắp bằng một tấm vải màu xanh đen ở những chỗ có màu ấy.

3) Thây chảy mủ

- Ở những nơi bị nứt ra trên thân, mủ chảy ra gọi là “tướng ra mủ" (*vipubbaka*). Hoặc cái gì chảy mủ (*vipubba*) là xấu (*kucchita*) vì ghê tởm, nên gọi là tướng ‘***chảy mủ***’. Đây là danh từ chỉ thây chết trong trạng thái ấy.

4) Tướng nứt ra

- Bị mở ra bằng cách cắt làm hai gọi là nứt (*vicchidda*). Cái gì bị nứt gọi là tướng nứt ra (*vicchiddata*). Hoặc cái gì nứt nẻ là xấu, vì ghê tởm, nên gọi là tướng '***nứt nẻ***'. Đây là danh từ chỉ thây chết bị nứt ra ở chặn giữa.

5) Tướng bị gặm khới

- Bị chó, chồn v.v... ăn ở chỗ này chỗ kia bằng nhiều cách gọi là bị gặm khới (*vikkhāyita*). Hoặc, cái gì bị gặm là xấu vì ghê tởm, nên gọi là tướng '***bị gặm khới***'. Đây là danh từ chỉ thây chết trong trạng thái ấy.

6) Tướng rã rời

- Cái gì bị tung toé khắp nơi gọi là rã rời (*vikkittaṁ*). Cái gì rã rời gọi là tướng rã rời (*vikkhittaka*). Hoặc cái gì rã rời là xấu vì ghê tởm, nên gọi là tướng '***rã rời***'. Đây là danh từ chỉ một thây chết bị tan rã ở chỗ này chỗ kia theo kiểu "chỗ này một bàn tay, chỗ kia một bàn chân, chỗ nọ cái đầu".

7) Tướng phân tán rã rời

- Thây bị chẻ ra, bị rã rời theo cách đã nói thì gọi là tướng '***phân tán rã rời***'. Đây là danh từ chỉ thây chết bị rã rời theo cách đã nói sau khi bị bổ ra với một con dao làm thức ăn cho chim quạ.

8) Tướng máu chảy

- Thây rỉ máu ra, vãi máu ra khắp nơi thì gọi là tướng ‘***chảy máu***’ (*lohitaka*). Đây là danh từ chỉ thây chết đầy những vết máu rỉ ra.

9) Tướng trùng ăn

- Những con dòi gọi là trùng (*puluva*); thây lúc nhúc những dòi thì gọi là tướng '***trùng ăn***'. Đây là danh từ chỉ thây chết đầy những dòi.

10) Tướng bộ xương

- Xương (*aṭṭhi*) còn gọi là bộ xương (*aṭṭhika*). Hoặc xương là xấu vì ghê tởm, nên gọi là '***bộ xương***'. Đây là danh từ chỉ một cái xương hoặc cả bộ xương.

ĐẠO LỘ TU TẬP

a. Những phận sự trước khi đi

1. *Học pháp môn từ một vị thầy*
2. *Không nên vội đến chỗ tử thi*
3. *Cần thông báo trước khi đi*

b. Những phận sự trong lúc đi

1. *Ra đi với tâm hân hoan chuyên chú*
2. *Mục đích và lợi ích định rõ vật xung quanh*
3. *Các yêu cầu chi tiết lúc ra đi*
4. *Không để mùi thối tử thi xông vào mũi*

c. Những phận sự tại chỗ tử thi

1. *Chọn vị trí thích hợp, tránh mùi hôi và phi nhân*
2. *Đứng cách tử thi một khoảng vừa phải*
3. *Định rõ vị trí và khoảng cách giữa các vật*
4. *Xác định rõ nét đặc thù của tướng bất tịnh*
5. *Phương pháp nắm lấy tướng*

d. Những phận sự lúc về

1. *Trở về trú xứ với sơ tướng*
2. *Định rõ con đường khi trở về*
3. *Hướng tâm về tướng ấy khi về trú xứ*

a1. Cầu học từ một vị thầy

Hành giả cần phải đến gần một bậc thầy để học đề mục thiền từ nơi vị ấy. Khi giảng đề tài thiền quán cho học trò, vị thầy phải giải thích tất cả mọi sự:

1) Những hướng đi với mục đích đạt được tướng bất tịnh,
2) Nói rõ tính chất những tướng chung quanh,
3) 11 cách để nắm lấy tướng,
4) Quán sát con đường đi và đến,
5) Kết thúc bằng cách chỉ dẫn về sự đắc định.

Rồi hành giả nên đi đến một trú xứ thuộc loại đã mô tả mà sống ở đấy trong khi tìm tướng phình trương khởi lên.

a2. Không nên vội đến chỗ tử thi

- Hành giả không nên vội vàng đến chỗ tử thi, vì:
  - Tướng bất tịnh ấy bị đoanh vây bởi dã thú và phi nhân, và hành giả có thể gặp nguy hiểm cho tánh mạng.
  - Có thể con đường đi đến chỗ ấy có qua một cổng làng hay một hồ tắm…, ở đây hành giả có thể gặp một sắc pháp thuộc người khác phái đập vào mắt.
  - Có thể thây chết ấy là của một người khác phái, vì một thi thể phụ nữ thì không thích hợp cho hành giả phái nam, và ngược lại. Nếu là thây mới chết, nó còn có thể trông đẹp nữa là khác, do đó có thể nguy hiểm cho đời sống phạm hạnh.
- Nhưng nếu hành giả tự xét rằng: “Điều này không khó đối với ta" thì cứ việc đi đến đấy.

a3. Cần thông báo trước khi đi

Khi đi, hành giả cần báo với một tỷ-kheo trong chúng. Vì sao? Vì:

– Nếu tại nghĩa địa, hành giả bỗng phát run, hoặc cổ họng nôn oẹ khi chạm xúc với những hình tướng và âm thanh của phi nhân, sư tử, cọp... hoặc một cái gì khác xúc não hành giả, thì người mà hành giả đã chào sẽ coi sóc giùm y bát cho hành giả ở chùa, hoặc cho người đến nơi hành giả.

– Nghĩa địa là nơi kẻ cướp có thể tụ họp vì là nơi an toàn cho chúng. Khi bị người ta đuổi bắt, kẻ trộm có thể để rơi những đồ vật gần hành giả rồi chạy trốn. Người ta có thể tóm lấy hành giả với tang vật mất cắp và làm cho vị ấy khốn đốn. Khi ấy vị thượng tọa ở chùa sẽ giải thích cho mọi người biết, và sẽ cứu nguy cho hành giả.

Đây là lợi ích của sự ra đi có báo cho một người nào biết.

b1. Ra đi với tâm hân hoan, chuyên chú

- Hành giả ra đi mong mỏi trông thấy tướng ấy, tâm hân hoan như vị tướng sĩ dòng Sát-đế-lợi trên đường đi đến nơi làm lễ tấn phong, như người đi dâng lễ ở đài tế lễ, hay như một người nghèo trên đường đến chỗ khai quật kho tàng giấu kín.
- Hành giả đi một mình, không bầu bạn, với chánh niệm đã an trú không gián đoạn, với các căn môn xoay vào trong, tâm không hướng ngoại, và quán sát con đường đi và về.
- Tại chỗ có thây phình trướng, hành giả chú ý chi tiết mọi thứ xung quanh trong mối tương quan với nó. Rồi, hành giả nhận định tính chất của tướng tử thi đang phình trướng.
- Hành giả thấy rằng tướng được nắm lấy, được ghi nhớ, được định nghĩa một cách thích đáng bằng màu sắc, phương hướng, giới hạn, chỗ lồi, chỗ lõm của nó và tất cả xung quanh.

b2. Mục đích và lợi ích định rõ các vật xung quanh

- ***Định rõ tính chất những vật xung quanh*** là để *khỏi bị lừa dối* (ảo tưởng).
- ***Nắm lấy tướng theo 11 cách*** là để *cột tâm lại 1 chỗ*.
- ***Quan sát con đường đi và đến*** là để *theo dõi tâm*.
- ***Dẫn dắt về sự đắc định:*** Khi an trú niềm kính trọng đối với đối tượng do thấy lợi ích của nó, hành giả giữ tâm trên đối tượng ấy: "***Chắc chắn bằng cách này ta sẽ thoát khỏi già chết***". Hoàn toàn ly dục, ly bất thiện pháp, hành giả chứng và trú sơ thiền... do viễn ly sanh. Hành giả đã đắc sơ thiền thuộc sắc giới. Chỗ trú của hành giả là phạm trú, và đó là trường hợp điển hình của công đức tu tập thiền.

b3. Các việc hành giả cần làm lúc đi

- Nếu đến nghĩa địa để trắc nghiệm tâm mình, thì nên đánh chuông triệu tập tăng chúng lại trước khi đi.
- Nếu đi để tu tập đề mục quán tưởng, thì nên đi một mình,
- Không từ bỏ đề mục căn bản và luôn duy trì nó trong tâm.
- Mang theo một cây gậy để tránh chó dữ...
- Bảo đảm chánh niệm không gián đoạn bằng cách khéo an trú nó, với tâm không hướng ngoại, vì chắc chắn rằng các căn, với ý căn là thứ 6, đều hướng vào trong.
- Khi ra khỏi tu viện, nên chú ý lối đi: "*Ta đã đi ra hướng ấy, do cổng ấy*", sau đó định rõ con đường mình đi: "*Con đường này đi về hướng Đông, Tây*"... hoặc "*Ở chỗ này, con đường đi về tay trái… rẽ tay phải*" và "*Chỗ này có một tảng đá, một tổ kiến, cây lớn, bụi cây, hay một cây leo*". Hành giả đi đến nơi có tướng bất tịnh cần định rõ con đường mình đi bằng cách ấy.

b4. Không để mùi thối tử thi xông vào mũi

- Không nên đến gần nơi ấy theo chiều gió thổi, vì mùi thối của tử thi sẽ tạt vào mũi, hành giả có thể bị đảo lộn óc não, hay thổ đồ ăn ra, hoặc hối hận vì đã đến, nghĩ rằng: “Ôi, thật là một nơi để tử thi ghê gớm, ta đã gặp phải".
- Nên đi ngược chiều gió. Nếu hành giả không thể đi bằng một con lộ ở dưới chiều gió -vì có chướng ngại vật- thì nên bịt lỗ mũi lại với chéo y mà đi.

c1. Chọn vị trí thích hợp tránh mùi hôi & phi nhân

- Sau khi đến nơi, không nên nhìn ngay vào tướng bất tịnh, mà nên định rõ phương hướng.
- Nên đứng chỗ nào đối tượng hiện ra rõ nhất, tâm sẵn sàng nhất.
- Cũng không được đứng ở chỗ ngược gió hay chỗ theo chiều gió của tử thi. Nếu đứng chỗ ngược gió thì bị mùi thối của tử thi quấy rối tâm hành giả; còn nếu đứng chỗ xuôi gió thì có phi nhân ở đấy, hành giả có thể bị chơi xấu vì phi nhân tức giận. Bởi thế, nên xoay chuyển một chút và đừng đứng hoàn toàn theo chiều gió.

c2. Đứng cách tử thi một khoảng vừa phải

- Không được đứng quá xa hay quá gần, hay đứng quá gần phía đầu hay phía chân. Đứng quá xa thì đối tượng không thể được trông rõ; đứng quá gần thì hành giả có thể đâm sợ hãi. Nếu đứng ngay phía đầu hoặc phía chân, thì tướng bất tịnh không hiện rõ cho hành giả một cách đồng đều toàn diện.
- Bởi thế, hành giả nên đứng đối diện với khoảng giữa tử thi ở một nơi thuận tiện để nhìn.

c3. Định rõ vị trí và khoảng cách giữa các vật

- Nhận định những đặc tính của các tướng xung quanh theo cách đã nói: “*Tại chỗ tướng tử thi phình trương được đặt, vị ấy chú ý có tảng đá… hay dây leo với tướng của nó*”.
- Nếu có tảng đá nằm cạnh tướng bất tịnh, nên nhận rõ: “*Tảng đá này cao hay thấp, nhỏ hay lớn, nâu hay đen hay trắng, dài hay tròn*”.
- Quan sát các vị trí tương quan: “*Tại chỗ này đây là tảng đá, đây là tướng bất tịnh; đây là tướng bất tịnh, đây là tảng đá*”.
- Cũng vậy, nếu có một tổ kiến… một cái cây… một cây leo, nên định rõ: “*Đây là một cây bí rợ hay một cây bầu hay một cây leo nâu hay đen hay cây leo hôi thối*”.
- Sau đó nên quan sát những vị trí tương quan: “*Tại chỗ này, đây là một cây leo, đây là tướng bất tịnh; đây là tướng bất tịnh, đây là cây leo*”.

c4. Xác định rõ nét đặc thù của tướng bất tịnh

- Phải để ý rằng tướng ấy có một bản chất đặc biệt, có trạng thái riêng, là ***bị phình trương***, một tướng không chung cùng với bất cứ gì khác, vì đã được nói vị ấy định rõ nó rằng ***nó đã đạt đến tính chất đặc biệt kia***.
- Nghĩa là tướng bất tịnh nên được định rõ theo tính chất cá biệt của nó, theo bản chất riêng của nó, như là "cái phình ra, cái trương ra".

c5. Phương pháp nắm lấy tướng

- ***i. Nắm lấy tướng tử thi theo 6 cách:*** (1) theo màu sắc, (2) đặc điểm, (3) hình dáng, (4) phương hướng, (5) định xứ, (6) giới hạn của nó.
- ***ii. Năm cách khác:*** Nhưng nếu tợ tướng cũng không xuất hiện theo 6 cách trên, thì nên quán tướng trở lại theo 5 cách khác: (7) Những khớp xương, (8) chỗ trổng, (9) những chỗ lồi, (10) những chỗ lõm và (11) tất cả phía xung quanh.
- ***iii. Nắm lấy tướng toàn triệt:*** "*Nắm lấy tướng bất tịnh một cách thích đáng*..." là nắm lấy *toàn triệt*.
- ***iv. Nắm lấy sơ tướng:*** Khi làm thế nhiều lần, sơ tướng được vị ấy nắm lấy một cách thích đáng. Tức là khi nào tướng ấy hiện ra trước mắt dù mở mắt nhìn hay nhắm mắt quán, như vậy gọi là học tướng được nắm lấy một cách thích đáng.

d1. Trở về trú xứ với sơ tướng

- Khi đã nắm lấy sơ tướng như vậy, nếu hành giả không thể kết thúc sự tu tập ngay tại chỗ, thì có thể trở về tại trú xứ của mình.
- Một mình, theo cách như đã đến, không bầu bạn, duy trì đề mục quán tưởng trong tâm với chánh niệm khéo an trú, với tâm không hướng ngoại do vì các căn đã được xoay vào trong.

d2. Định rõ con đường khi trở về

Khi rời khỏi nghĩa địa, hành giả nên định rõ con đường về như sau:

- *"Con đường, ta trở về, đi về hướng Đông, hướng Tây... Bắc,... Nam"*
- Hoặc "*Nó đi về hướng trung gian"*
- Hoặc "*Tại chỗ này nó rẽ tay trái, tại chỗ này nó rẽ tay phải"*
- Và "*Tại chỗ này có một tảng đá, tại chỗ này có một tổ kiến, tại chỗ này có một cái cây, chỗ này có một bụi cây, chỗ này có một cây leo"*.

d3. Hướng tâm về tướng ấy khi về trú xứ

- Khi đã định rõ con đường trở về, và khi về tại trú xứ, đi kinh hành qua lại, hành giả nên để ý làm cho bước kinh hành cũng hướng về nơi ấy. Nghĩa là hành giả nên đi kinh hành trên một mảnh đất đối diện với hướng có tướng bất tịnh kia.
- Và khi ngồi, hành giả cũng phải soạn một chỗ ngồi hướng về nó.
- Nhưng nếu có một chướng ngại vật ở hướng ấy (như một vũng lầy, một cây lớn hay ao đầm), khiếm cho không thể đi kinh hành hay ngồi như trên, thì hành giả có thể kinh hành hay ngồi tại chỗ nào cũng được, miễn là tâm hành giả phải để về hướng ấy.

PHÂN TÍCH RỘNG Ý NGHĨA

a. Mục đích, lợi ích định rõ tướng xung quanh là gì?
b. Nắm lấy tướng theo 11 cách là gì?
c. Quan sát con đường đi về có mục đích gì?
d. An trú niềm kính trọng đối với tướng ấy
e. Chứng đắc thiền định

a. Mục đích định rõ tướng xung quanh

- "Mục đích, lợi ích của sự định rõ tính chất những tướng xung quanh" là ***khỏi bị lừa dối*** có ý nghĩa như sau:
- Nếu người nào đi phi thời đến chỗ có tướng thây phình trương và mở mắt để nắm lấy tướng bằng cách định tính những tướng xung quanh, thì vừa khi hành giả mới nhìn, tử thi có vẻ như đang đứng lên, hăm doạ, và đuổi theo, và khi thấy đối tượng kỳ dị và đáng sợ ấy, tâm hành giả run lên, giống như người bị điên cuồng, bị cơn hãi hùng kinh khiếp tóm lấy, và tóc vị ấy dựng ngược lên.
- Bởi thế, hành giả cần phải vững vàng. Hành giả nên trừ sợ hãi bằng cách này: "*Không bao giờ có thây chết đứng dậy đuổi theo. Nếu cục đá hay cây leo ở cạnh tử thi mà đến đây được, thì tử thi cũng đến được, song chính vì tảng đá hay cây leo kia không đến được, nên tử thi cũng không đến được. Sở dĩ ta thấy ra như vậy là do tưởng mà thành, do tưởng tạo tác nên. Hôm nay thiền của bạn đã xuất hiện với bạn. Đừng sợ, này Tỷ-kheo*".
- Hành giả nên cười cho nó qua đi và hướng tâm đến tướng ấy. Với cách ấy hành giả sẽ đạt đến sự phân biệt. Đây là ý nghĩa câu: "Định rõ tướng xung quanh có mục đích là khỏi bị lừa dối".

b. 11 cách nắm lấy tướng

***6 cách căn bản*:**

(1) Định rõ tướng theo ***màu sắc***

(2) Định rõ tướng theo ***tuổi***

(3) Định rõ tướng theo ***hình dáng***

(4) Định rõ ***phương hướng***

(5) Định rõ ***định xứ*** *(vị trí)*

(6) Định rõ ***giới hạn*** *(thân phần)*

***5 cách phụ trợ*:**

(7) Định rõ ***những khớp***

(8) Định rõ ***những chỗ hở***

(9) Định rõ ***chỗ lỏm***

(10) Định rõ ***chỗ lồi***

(11) Định rõ ***xung quanh***.

c. Quan sát con đường đi về có mục đích gì?

- *Quan sát con đường đi và về để theo dấu tâm:*
  - Hành giả không nên vì đề mục thiền mà không quan tâm đến những người hỏi han trên đường về. Phải tận tình trả lời mọi thứ và thi hành các phận sự.
  - Khi làm các công việc này, tướng đạt được cũng bị tan mất. Và trở lại để được tướng này thì không thể, vì thi thể đã bị phi nhân chiến hoặc sự phình trướng đã biến thành cái thây bầm xanh.
  - Bởi thế, hành giả hãy ngồi tại chỗ nghỉ đêm hay ngày, và trước tiên ôn lại mọi chi tiết trên con đường đi và về đến tại chỗ ngồi này.
  - Trong khi ôn lại như thế, tướng trở nên rõ rệt và hiện ra trước mắt hành giả, đề mục quán tưởng trở lại như trước.

d. An trú niềm kính trọng đối với tướng ấy

- “*Khi hành giả đã an trú niềm kính trọng đối với nó bằng cách thấy những lợi lạc của nó, xem nó như kho tàng, yêu mến nó, thì hành giả buộc tâm mình trên đối tượng ấy*”: Ở đây, sau khi đã đắc thiền bằng cách luyện tập tâm quán tướng bất tịnh nơi thi thể phình trướng, hành giả hãy tăng trưởng tuệ giác với thiền làm nhân gần, và hãy thấy những lợi ích như sau: “*Chắc chắn bằng cách này ta sẽ thoát khỏi già chết*”.
- Cũng như người nghèo được một kho tàng ngọc báu sẽ giữ gìn yêu mến nó, cảm thấy kính trọng, nghĩ rằng: “*Ta đã được một cái gì rất khó được*”.
- Cũng thế, hãy giữ gìn tướng bất tịnh kia, yêu mến, kính trọng nó, nghĩ rằng “*Ta đã được đề mục quán này*" một cái gì thực sự khó được, như kho báu rất đáng giá đối với một người nghèo.
- Bởi vì quán tứ đại thì bốn đại ở ngay trong mình, quán hơi thở thì hơi gió nơi lỗ mũi mình, và quán kasiṇa thì làm một kasiṇa bất cứ lúc nào.
- Nhưng đề mục thây phình trướng thì chỉ kéo dài một hoặc hai ngày, sau đó biến thành thây bầm xanh. Không có đề mục nào khó gặp hơn đề mục này. Tại chỗ nghỉ ban đêm và chỗ nghỉ ban ngày hành giả nên buộc tâm vào đấy như sau: “*Tướng bất tịnh của thây phình trướng*" Và hành giả nên quán tưởng tướng ấy, đem nó vào tâm và đánh mạnh vào nó với tầm nhiều lần.

e. Chứng đắc thiền

- ***Tợ tướng xuất hiện**:*
  - Khi làm như vậy, tợ tướng khởi lên. Học tướng xuất hiện là cảnh tượng kỳ dị hãi hùng kinh khiếp, còn tợ tướng thì như người to lớn nằm dài sau khi ăn no.
- ***Năm triền cái biến mất và năm thiền chi xuất hiện**:*
  - Cùng lúc với tợ tướng, năm triền cái -***tham dục***, ***sân nhuế***, ***hôn trầm thuỵ miên, trạo cử***, ***hoài nghi-*** cũng biến mất.
  - Và năm thiền chi -***tầm***, ***tứ***, ***hỉ***, ***lạc***, ***nhất tâm-*** xuất hiện.
- ***Chứng đắc sơ thiền**:*
  - Định cận hành, một đặc điểm của sơ thiền, cùng lúc cũng sinh khỏi nơi hành giả. Tất cả những gì sau đó cho đến khi đắc định an chỉ trong sơ thiền, cần được hiểu như được trình bày ở đề mục biến xứ đất.

II. Tướng bầm xanh

- Về tướng thi thể bầm xanh và những tướng khác, tất cả được trình bày ở đoạn 19, bắt đầu: “Người nào đang học tướng bất tịnh về thi thể phình trướng, hãy đi một mình không bầu bạn, với chánh niệm an trú không gián đoạn... đều áp dụng cho những tướng bất tịnh khác, chỉ cần thay đổi danh từ “phình trướng" bằng từ thích hợp như: “xanh bầm“, "nung mủ“. Nhưng sự khác biệt như sau:
- Tướng bầm xanh cần được tâm niệm như sau: “Tướng bầm xanh của thây chết thật ghê tởm, ghê tởm là tướng bầm xanh”. Ở đây, sơ tướng xuất hiện có màu loang lỗ, nhưng tợ tướng xuất hiện có màu sắc nổi bậc nhất.

III. Tướng nưng mủ

- Tướng nưng mủ cần được tâm niệm như sau: “Tướng nưng mủ ghê tởm, tướng nưng mủ ghê tởm”.
- Ở đây, sơ tướng xuất hiện trông như đang rỉ mủ chảy; còn tợ tướng thì bất động và an tĩnh.

IV. Tướng thây bị chặt đôi

- Thây bị chặt đôi được thấy trên bãi chiến địa hay trên một khu rừng của kẻ cướp hay trên một nghĩa địa, ở đó những kẻ cướp bị vua ra lệnh chém, hoặc trong một khu rừng ở đây có người bị sư tử và cọp xé xác.
- Hành giả không được lấy tay sờ vào thấy chết, vì làm thế sẽ đâm ra quen thuộc với cảnh ấy (như một người thường thiêu đốt tử thi). Nên bảo một người nào khác nhặt thi thể ráp lại ở một nơi. Hoặc, hành giả dùng cây gây để ráp lại những phần thi thể, làm sao cho chúng chỉ cách xa nhau một ngón tay.
- Sau khi ráp thây rồi, hành giả hãy tâm niệm như sau: "Tướng thây đứt lìa thật ghê gớm, ghê tởm thây đứt lìa". Ở đây, sơ tướng xuất hiện như thể bị chặt ở chặn giữa, còn tợ tướng thì trông như vẫn nguyên lành.

V. Tướng thây bị gặm khới

- Tướng thây bị gặm khới cần được tâm niệm: “Tướng thi thể bị gặm khới thật là ghê tởm, ghê tởm là tướng thây bị gặm khới”.
- Sơ tướng xuất hiện như thể bị gặm chỗ này chỗ kia, còn tợ tướng thì trông nguyên vẹn.

VI. Tướng thi thể rã rời

- Sau khi đã ráp thi thể lại gần nhau như đã nói trên, tướng rã nên được tâm niệm như sau: "Tướng bất tịnh của thây rã rời, thây rã rời thật bất tịnh".
- Ở đây, sơ tướng có những khe hở nổi bật, còn tợ tướng thì có vẻ toàn vẹn.

VII. Tướng bị cưa xẻ và phân tán

- Tướng bị cưa xẻ và phân tán được tìm thấy tại những nơi đã nói ở phần tướng thây bị chặt đôi. Bởi thế, sau khi đến đấy ráp lại như đã nói trên, hành giả hãy tâm niệm như sau: "Tướng phân tán cưa xẻ thật ghê tởm, ghê tởm là thi thể bị cưa xẻ phân tán".
- Ở đây, sơ tướng hiện rõ những chỗ hở của vết thương, nhưng tợ tướng thì nguyên vẹn.

VIII. Tướng thấy chảy máu

- Tướng chảy máu được tìm thấy nơi những vết thương mà nạn nhân bị trên chiến trường v.v... hay từ những chỗ tay chân đã bị cưa đứt. Khi thấy như thế hành giả hãy tâm niệm: “Tướng chảy máu ghê tởm, ghê tởm là thân chảy máu”.
- Ở đây, học tướng xuất hiện như thể đang di động, giống như lá cờ đỏ bị gió lay; còn tợ tướng thì tĩnh.

IX. Tướng trùng ăn

- Sau hai hoặc ba ngày, từ chín lỗ bài tiết của thi thể tuôn ra một loạt dòi bọ, và khối dòi nằm ở đó như một đống lúa hay cơm, lớn bằng thân thể dù là thân thể của một con chó, con chồn, con người, bò, trâu, voi, ngựa, trăn, hay bất cứ con gì.
- Tướng ấy cần được quán như sau: "*Ghê tởm là tướng trùng ăn, ghê tởm là tướng trùng ăn*".
- Ở đây, học tướng xuất hiện có vẻ đang di động, nhưng tợ tướng thì an tĩnh, như một trái banh bằng cơm trắng.

X. Tướng bộ xương

- Hành giả hãy đi theo cách đã nói đến nơi có bộ xương và để ý những tảng đá... với các tướng xung quanh và liên hệ với đối tượng quán.
- Hành giả nên nhận định tính cách của nó *bằng sự kiện nó đã đạt đến bản chất đặc biệt ấy* rằng: "*Đây là một bộ xương*", và nắm lấy tướng theo 11 cách, do màu sắc...
- Nhưng nếu nhìn vào nó mà chỉ nắm lấy *màu sắc* trắng, thì nó không hiện ra cho hành giả [với tính chất cá biệt của nó là đáng ghê tởm], mà chỉ như một đổi thay của biến xứ trắng. Do đó, hành giả chỉ nên nhìn nó kể như một bộ xương trong khía cạnh đáng ghê tởm.

4 phạm trú & 10 bất tịnh không có tợ tướng(?)

- Luận nói: "Không có tợ tướng trong phạm trú và 10 bất tịnh, vì trong trường hợp các phạm trú, thì tướng là sự phá vỡ những ranh giới, và trong trường hợp 10 bất tịnh, tướng xuất hiện ngay khi sự ghê tởm được trông thấy, không một suy tư gì khởi lên về nó".
- Luận lại nói tiếp: "Ở đây tướng có hai loại: học tướng và tợ tướng. Học tướng xuất hiện có vẻ gớm ghiếc, hãi hùng... Bởi thế những gì chúng ta nói đã được quán xét kỹ lưỡng. Và chỉ có điều này là đúng ở đây.
- Ngoài ra tướng một đống xương hiện ra cho trưởng lão Mahā-Tissa khi nhìn hàm răng của một phụ nữ cười cũng chứng minh được điều này.

C. TỔNG QUÁT: *1) Pháp đối trị của 10 bất tịnh*

1) Thây ***phình trương*** thích hợp cho người tham hình dáng,
2) Thây ***bầm xanh*** cho người ham màu da,
3) Thây ***có mủ*** cho người tham mùi thơm toát ra từ thân thể,
4) Thây ***bị chặt*** cho người tham sự chắc chắn của thân thể,
5) Thân ***bị gặm khới*** cho người tham sự tích tụ của da thịt,
6) Thây ***rã rời*** cho người ham dáng kiều diễm của tay chân,
7) Thây ***phân tán*** cho người tham toàn bộ một thân hình đẹp,
8) Thây ***chảy máu*** cho người ham vẻ yểu điệu do trang sức,
9) Thây ***bị trùng ăn*** cho người tham sở hữu thân thể,
10) ***Một bộ xương*** thích hợp với người tham răng đẹp.

Đây là cách phân loại bất tịnh có 10 thứ tùy theo tánh tham.

C. TỔNG QUÁT: *2) Đặc tánh pháp môn 10 bất tịnh*

- ***Chỉ chứng đắc sơ thiền:*** Ví như nhờ bánh lái mà con thuyền đứng yên được giữa dòng chảy xiết, cũng thế, tâm thức tập trung chỉ an trú được nhờ ***tầm***, bởi thế ở đây chỉ có sơ thiền, không có nhị thiền và những thiền khác.
- ***Được hân hoan và hỉ lạc:*** Dù đối tượng này đáng ghê tởm, nó vẫn khơi dậy niềm hân hoan và hỉ lạc nơi hành giả do thấy được lợi ích: "*Chắc chắn bằng cách này ta sẽ thoát khỏi già chết*" và do từ bỏ được sự bức bách của những triền cái; cũng như một đống rác khơi dậy niềm hân hoan nơi người phu hốt rác vì thấy lợi ích của nó, nghĩ: "Bây giờ ta sẽ được một số tiền lương lớn".

C. TỔNG QUÁT: *3) Bản chất của thân xác là bất tịnh*

- ***Bất tịnh***: Mặc dù nó thuộc 10 thứ, tính chất của nó chỉ có 1, đó là trạng thái không sạch, hôi hám, đáng ghê tởm, lợm người.
- ***Thể xác là đáng tởm***: một tập hợp của những ô uế luôn phải được săn sóc và được trang phục bên ngoài.
- ***Ảo tưởng***: Nhờ sự săn sóc và nhờ trang phục, mà thân xác này được xem là 'tôi' và 'của tôi', làm tham đắm. Trong ý nghĩa tối hậu, không có chỗ nào trên thân xác, dù nhỏ như hạt bụi, đáng để tham đắm.
- ***Bởi vậy***: Tỷ-kheo có năng lực nên nắm lấy tướng bất tịnh trong bất kỳ phương diện nào, dù nơi cái thân còn sống hay nơi xác chết.